



|                | Hétfő<br>04.20  | Kedd<br>04.21   | Szerda<br>04.22   | Csütörtök<br>04.23  | Péntek<br>04.24   | Szombat<br>04.25   | Vasárnap<br>04.26  |
|----------------|---|---|---|---|---|--|--|
| <b>Reggeli</b> | <b>Gyümölcs tea (12;)</b><br>EN:32.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g<br><br><b>Soproni felvágott</b><br>EN:92.8kcal ZS:7.6g TZS:3.1g<br>SZH:1.3g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.9g<br><br><b>Margarin</b><br>EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g<br>SÓ:0.1g<br><br><b>Teljes kiőrlésű kifli (1;6;)</b><br>EN:251.5kcal ZS:1.7g TZS:0.1g<br>SZH:51.1g CK:1.1g FH:9.7g SÓ:1.3g<br><br><b>Paradicsom</b><br>EN:13.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g<br>SZH:2.4g CK:1.6g FH:0.6g SÓ:0.0g | <b>Tejeskávé (1;7;)</b><br>EN:164.8kcal ZS:3.8g TZS:2.5g<br>SZH:24.1g CK:22.5g FH:8.5g SÓ:0.3g<br><br><b>Teavaj (7;)</b><br>EN:144.6kcal ZS:16.0g TZS:11.4g<br>SZH:0.1g CK:0.1g FH:0.1g SÓ:0.0g<br><br><b>Kifli (1;7;)</b><br>EN:249.0kcal ZS:0.8g TZS:0.4g<br>SZH:51.0g CK:0.3g FH:7.5g SÓ:1.4g  | <b>Citromos tea</b><br>EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g<br><br><b>Sült húskrém (7;)</b><br>EN:188.9kcal ZS:16.5g TZS:7.4g<br>SZH:0.7g CK:0.6g FH:9.5g SÓ:0.4g<br><br><b>Burgonyás kenyér (1;6;12;)</b><br>EN:284.9kcal ZS:2.3g TZS:0.2g<br>SZH:55.1g CK:0.7g FH:8.8g SÓ:1.6g<br><br><b>Zöldhagyma</b><br>EN:38.0kcal ZS:0.3g SZH:0.9g<br>FH:2.2g  | <b>Forralt tej (7;)</b><br>EN:112.5kcal ZS:3.8g TZS:2.3g<br>SZH:11.5g CK:11.5g FH:7.5g SÓ:0.3g<br><br><b>Méz</b><br>EN:60.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:16.5g CK:16.4g FH:0.1g SÓ:0.0g<br><br><b>Margarin</b><br>EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g<br>SÓ:0.1g<br><br><b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b><br>EN:244.0kcal ZS:1.0g TZS:0.4g<br>SZH:50.0g FH:7.3g SÓ:1.5g | <b>Vaníliás tej (7;)</b><br>EN:118.0kcal ZS:3.5g TZS:2.3g<br>SZH:14.5g CK:14.5g FH:7.6g SÓ:0.2g<br><br><b>Körözött (7;)</b><br>EN:70.4kcal ZS:4.8g TZS:3.1g<br>SZH:2.0g CK:1.0g FH:4.8g SÓ:0.4g<br><br><b>Falusi kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g<br>SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g<br><br><b>Kígyóuborka</b><br>EN:7.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g<br>SZH:1.0g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g      | <b>Forralt tej (7;)</b><br>EN:112.5kcal ZS:3.8g TZS:2.3g<br>SZH:11.5g CK:11.5g FH:7.5g SÓ:0.3g<br><br><b>Briós (1;3;6;7;)</b><br>EN:327.6kcal ZS:8.5g TZS:3.0g<br>SZH:56.7g CK:9.3g FH:8.8g SÓ:0.6g<br><br><b>Falusi kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g<br>SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g<br><br><b>Savanyúság (10;)</b><br>EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g<br>SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g | <b>Citromos tea</b><br>EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g<br><br><b>Sertézsír</b><br>EN:371.2kcal ZS:39.9g<br><br><b>Falusi kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g<br>SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g<br><br><b>Savanyúság (10;)</b><br>EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g<br>SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g  |
| <b>Ebéd</b>    | <b>Legényfogó leves (1;7;9;)</b><br>EN:202.8kcal ZS:10.9g TZS:2.8g<br>SZH:9.5g CK:0.5g FH:15.4g SÓ:0.9g<br><br><b>Káposztás kocka (1;)</b><br>EN:555.3kcal ZS:15.2g TZS:1.9g<br>SZH:88.9g CK:13.5g FH:14.1g<br>SÓ:0.7g<br><br><b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b><br><br>EN:244.0kcal ZS:1.0g TZS:0.4g<br>SZH:50.0g FH:7.3g SÓ:1.5g  | <b>Zöldségkrémleves (1;7;9;)</b><br>EN:90.1kcal ZS:4.3g TZS:2.7g<br>SZH:10.0g CK:1.1g FH:2.3g SÓ:0.5g<br><br><b>Levesgyöngy (1;3;7;)</b><br>EN:100.0kcal ZS:5.6g TZS:2.6g<br>SZH:10.6g CK:1.2g FH:1.6g SÓ:0.2g<br><br><b>Pilisi sertésragu (9;)</b><br>EN:193.6kcal ZS:9.3g TZS:2.1g<br>SZH:7.9g CK:1.8g FH:18.0g SÓ:1.7g<br><br><b>Tört burgonya (12;)</b><br>EN:276.4kcal ZS:5.1g TZS:0.5g<br>SZH:46.0g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:0.5g<br><br><b>Narancs</b><br>EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:17.0g CK:13.0g FH:1.2g SÓ:0.0g | <b>Reszeltzsta leves (1;9;)</b><br>EN:126.1kcal ZS:6.8g TZS:0.7g<br>SZH:13.5g CK:2.1g FH:2.5g SÓ:1.4g<br><br><b>Sertés pörkölt</b><br>EN:162.7kcal ZS:9.0g TZS:2.0g<br>SZH:2.4g CK:0.0g FH:16.9g SÓ:0.8g<br><br><b>Kelkáposztafőzelék (1;12;)</b><br>EN:182.3kcal ZS:6.2g TZS:0.6g<br>SZH:22.7g CK:0.0g FH:7.1g SÓ:0.6g<br><br><b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b><br>EN:244.0kcal ZS:1.0g TZS:0.4g<br>SZH:50.0g FH:7.3g SÓ:1.5g<br><br><b>Menü süti (7;)</b><br>EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g<br>FH:1.3g | <b>Gyümölcsleves (1;7;)</b><br>EN:149.0kcal ZS:4.2g TZS:2.7g<br>SZH:24.6g CK:17.6g FH:2.0g SÓ:0.7g<br><br><b>Zöldséges sertésrizseshús</b><br>EN:493.5kcal ZS:9.8g TZS:2.0g<br>SZH:76.3g CK:0.0g FH:24.7g SÓ:0.9g<br><br><b>Körte</b><br>EN:93.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:21.6g CK:2.7g FH:0.7g SÓ:0.0g  | <b>Sajtkrémleves (1;7;)</b><br>EN:170.2kcal ZS:10.3g TZS:6.7g<br>SZH:13.2g CK:2.3g FH:5.6g SÓ:0.9g<br><br><b>Pírtott tökmag</b><br>EN:189.4kcal ZS:16.0g TZS:3.0g<br>SZH:6.2g CK:0.4g FH:8.6g SÓ:0.0g<br><br><b>Tonhalas penne (1;4;)</b><br>EN:552.3kcal ZS:12.8g TZS:1.8g<br>SZH:79.0g CK:5.5g FH:28.8g SÓ:1.5g<br><br><b>Alma</b><br>EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g<br>SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g | <b>Paradicsomleves (1;)</b><br>EN:253.6kcal ZS:9.6g TZS:1.1g<br>SZH:37.2g CK:22.7g FH:3.1g SÓ:0.3g<br><br><b>Brassói aprópecsenye</b><br>EN:277.1kcal ZS:23.3g TZS:7.3g<br>SZH:1.6g CK:0.0g FH:15.1g SÓ:0.8g<br><br><b>Rozmaringos pírtott burgonya (12;)</b><br>EN:359.4kcal ZS:14.3g TZS:1.5g<br>SZH:46.0g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:0.5g   | <b>Karalábé krémleves (1;7;)</b><br>EN:139.0kcal ZS:7.7g TZS:3.5g<br>SZH:14.4g CK:1.4g FH:4.0g SÓ:1.6g<br><br><b>Pírtott kenyérkocka (1;)</b><br>EN:61.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g<br>SZH:12.4g CK:0.6g FH:2.0g SÓ:0.1g<br><br><b>Vasi sertés karaj (1;7;)</b><br>EN:262.3kcal ZS:14.0g TZS:3.9g<br>SZH:11.0g CK:1.1g FH:23.1g SÓ:0.9g<br><br><b>Petrezselymes rizs</b><br>EN:429.8kcal ZS:9.5g TZS:1.1g<br>SZH:77.7g CK:0.0g FH:9.3g SÓ:1.0g |
| <b>Uzsonna</b> | <b>Zöldhagymás sajtkrém (7;)</b><br>EN:127.6kcal ZS:12.0g TZS:7.6g<br>SZH:1.5g CK:1.1g FH:1.0g SÓ:0.1g<br><br><b>Vizes zsemle (1;)</b><br>EN:277.0kcal ZS:0.9g TZS:0.4g<br>SZH:52.9g FH:10.2g SÓ:1.2g<br><br><b>Kígyóuborka</b><br>EN:7.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g<br>SZH:1.0g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g  | <b>Tavaszi felvágott</b><br>EN:138.5kcal ZS:12.0g TZS:5.0g<br>SZH:1.7g CK:0.3g FH:6.0g SÓ:1.1g<br><br><b>Margarin</b><br>EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g<br>SÓ:0.1g<br><br><b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b><br>EN:244.0kcal ZS:1.0g TZS:0.4g<br>SZH:50.0g FH:7.3g SÓ:1.5g   | <b>Magyaros szendvicsskrém (7;)</b><br>EN:139.2kcal ZS:14.0g TZS:9.1g<br>SZH:2.4g CK:0.9g FH:1.0g SÓ:0.4g<br><br><b>Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;)</b><br>EN:279.4kcal ZS:1.9g TZS:0.1g<br>SZH:56.7g CK:1.2g FH:10.7g SÓ:1.4g  | <b>Réteges joghurt (7;)</b><br>EN:165.0kcal ZS:4.5g TZS:2.7g<br>SZH:28.3g CK:27.2g FH:5.3g SÓ:0.0g<br><br><b>Kifli (1;7;)</b><br>EN:249.0kcal ZS:0.8g TZS:0.4g<br>SZH:51.0g CK:0.3g FH:7.5g SÓ:1.4g   | <b>Kördobozos kockasajt (7;)</b><br>EN:141.0kcal ZS:11.1g TZS:7.5g<br>SZH:3.6g CK:2.8g FH:6.6g SÓ:1.0g<br><br><b>Teljes kiőrlésű kifli (1;6;)</b><br>EN:251.5kcal ZS:1.7g TZS:0.1g<br>SZH:51.1g CK:1.1g FH:9.7g SÓ:1.3g   | <b>Narancs</b><br>EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:17.0g CK:13.0g FH:1.2g SÓ:0.0g<br><br><b>Korpotvit 4 db (1;12;)</b><br>EN:90.0kcal ZS:2.6g TZS:1.1g<br>SZH:13.9g CK:0.9g FH:2.1g SÓ:0.2g   | <b>Banán</b><br>EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g  |

**Vacsora**

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(nehézsúly: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákkfélek; 3-Tojás; 4-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.

|                | Hétfő<br>04.20  | Kedd<br>04.21  | Szerda<br>04.22  | Csütörtök<br>04.23  | Péntek<br>04.24  | Szombat<br>04.25   | Vasárnap<br>04.26  |
|----------------|---|--|--|---|--|--|--|
| <b>Vacsora</b> | <b>Gyümölcs tea (12;)</b><br>EN:32.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g         | <b>Nudli (1;3;)</b><br>EN:671.2kcal ZS:6.2g TZS:0.4g<br>SZH:94.5g CK:0.0g FH:15.4g SÓ:2.8g   | <b>Citromos tea</b><br>EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g        | <b>Citromos tea</b><br>EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g         | <b>Gyümölcs tea (12;)</b><br>EN:32.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g    | <b>Citromos tea</b><br>EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g        | <b>Citromos tea</b><br>EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g        |
|                | <b>Natúr szendvicskrém (7;)</b><br>EN:116.8kcal ZS:12.0g TZS:7.6g<br>SZH:1.2g CK:1.1g FH:1.0g SÓ:0.4g | <b>Barack lekvár</b><br>EN:72.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g<br>SZH:17.4g CK:15.3g FH:0.2g SÓ:0.0g   | <b>Csirkemellsonka</b><br>EN:54.5kcal ZS:2.3g TZS:0.7g<br>SZH:1.0g CK:0.2g FH:7.5g SÓ:1.1g       | <b>Főtt császárszalonna</b><br>EN:238.2kcal ZS:22.5g TZS:9.0g<br>SZH:0.7g CK:0.3g FH:8.2g SÓ:1.3g | <b>Fokhagymás felvágott</b><br>EN:129.5kcal ZS:11.5g TZS:5.5g<br>SZH:0.5g FH:6.0g SÓ:1.2g        | <b>Tepertőkrém (7;)</b><br>EN:329.2kcal ZS:33.3g TZS:13.3g<br>FH:4.8g                            | <b>Olasz felvágott</b><br>EN:118.0kcal ZS:10.0g TZS:3.8g<br>SZH:1.1g CK:0.1g FH:6.0g SÓ:1.1g     |
|                | <b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b><br>EN:244.0kcal ZS:1.0g TZS:0.4g<br>SZH:50.0g FH:7.3g SÓ:1.5g       | <b>Porcukor szórat</b><br>EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g | <b>Margarin</b><br>EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g<br>SÓ:0.1g                                       | <b>Falusi kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g<br>SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g  | <b>Margarin</b><br>EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g<br>SÓ:0.1g                                       | <b>Falusi kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g<br>SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g | <b>Margarin</b><br>EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g<br>SÓ:0.1g                                       |
|                |   |  | <b>Falusi kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g<br>SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g | <b>TV paprika</b><br>EN:18.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g<br>SZH:2.8g CK:0.0g FH:0.8g SÓ:0.0g             | <b>Falusi kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g<br>SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g | <b>Kápia paprika</b><br>EN:18.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g<br>SZH:2.8g CK:1.4g FH:0.8g SÓ:0.0g         | <b>Falusi kenyér (1;)</b><br>EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g<br>SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g |